

**Országos Kórházi Főigazgatóság**

„Korlátozott terjesztésű!”

Érvényességi idő:  
az írásbeli vizsga befejezésének  
időpontjáig  
A minősítő neve: Dr. Páva Hanna  
A minősítő beosztása: igazgató

<b>M E G O L D Ó L A P</b>
----------------------------

*szakmai írásbeli vizsga*

*Természetgyógyászati alapmodul*

**2021. november 12.**

**VI. sz.**

**OKFŐ**

## **TÁJÉKOZTATÓ** **az értékelő tanár részére**

- A vizsgázók csak a kiosztott feladatlapon dolgozhatnak.
- Tévedés esetén csak az egyértelmű javítás - a helytelen válasz áthúzása, a vizsgázó aláírásával és a dátummal ellátva - fogadható el.
- A dolgozatban előforduló esetleges hibákat, tévedéseket kérjük, feltűnően jelöljék!
- A feladatlap egységes értékeléséhez használják fel a rendelkezésükre bocsátott megoldási javaslatot!
- Ponthatáron belül a megoldólaptól eltérő, de tartalmában azonos egyéb helyes megoldás is elfogadható a csillaggal (\*) jelölt kérdéseknél.
- Tekintettel az írásmód eltérő gyakorlatára, az értékelésnél ne a helyesírást, hanem a tartalmat értékeljék a tanárok!
- Kérjük, hogy minden feladat esetén a maximálisan adható pontszám melletti négyzetbe írja be az elért pontszámot!
- Maximálisan adható pontszám: 100 pont
- Ponthatárok:
  - Megfelelt: 71 - 100 pont
  - Nem felelt meg: 0 - 70 pont

Maximálisan adható  
pontszám:

1.\*

2 pont

**Írja le az ökológiai lábnyom fogalmát!**

*Olyan mutatószám, amely kifejezi egy embernek, vagy egy adott területen élő népességnek a természetre gyakorolt hatását.*

2.

2 pont

**Húzza alá az alábbi felsorolásból a természetgyógyászat hazai helyzetéről szóló tanulmányok szerzőinek nevét!**

- Oláh Andor
- Buda László
- Lázár Imre
- Péczely Ignác

(Csak a 2 helyes válasz együttes aláhúzása esetén adható pont! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

3.\*

4 pont

**Ismertesse a pufferoldatok fogalmát, jelentőségét!**

*Fogalma: Az olyan oldatokat, amelyeknek a pH-ja bizonyos határok között állandó, pufferoldatoknak nevezzük.*

*Jelentősége: A pufferek egymásba kapcsolódó finom kémiai szabályozórendszert alkotnak, melynek végső célja a hidrogénion-koncentráció állandóságának biztosítása. A szervezet szabályozórendszere, enzimeji csak néhány tizedes pH-eltérést képesek elviselni károsodás nélkül.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

4.\*

5 pont

**Soroljon fel öt olyan módszert/lehetőséget, amelyet a természetgyógyász saját lelki egészségének (mentálhigiénéjének) megőrzésére, a kiégés megelőzésére választhat!**

- *meditáció*
- *relaxáció*
- *természetjárás*
- *mély, bensőséges emberi kapcsolatok kialakítása*
- *keleti mozgásgyakorlatok végzése*
- *keleti légzőgyakorlatok végzése*
- *vitalitásgenerátorok alkalmazása (nevetés, érintés, testmozgás)*
- *a munka változatosabbá tétele (önképzés, kutatás, tanítás)*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

5.\*

2 pont 

Határozza meg a hagyományos kínai orvoslás szerint a diszharmónia okát!

*Ha a csi elégtelen, vagy mozgásának útja elzáródott, a következmény diszharmónia lesz.*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

6.

3 pont 

Párosítsa a gunákat (lelki beállítottság, kötőerő) a jellemzőikkel! Írja a betűjelek mellé a helyes válasz sorszámát!

- A. tamasz
- B. radzsasz
- C. szattva

1. tisztaság, azonosság, hitelesség, tudás–hattyú, békés tehén tulajdonságai
2. aktivitás, szenvedély, harag–tigris tulajdonságai
3. lustaság, tunyaság, tompaság, tudatlanság–krokodil tulajdonságai

A.–...**3**...., B.–...**2**...., C.–...**1**....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

7.

7 pont 

Nevezze meg a hagyományos tibeti orvoslás alapján a testet felépítő alkotórészeket!

- *táplálékesszencia*
- *vér*
- *izomszövet*
- *zsírszövet*
- *csontszövet*
- *csontvelő*
- *sperma, illetve pete*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

8.\*

2 pont

**Ismertesse röviden a salutogenezis lényegét!**

*Az egészség megtartásához, betegség esetén a gyógyuláshoz szükséges tényezők számbavétele. Azon tényezők részletezése, melynek révén egy adott közösségen belül a személy egészséges tud maradni.*

9.\*

5 pont

**Írjon öt példát a mai európai táplálkozás általános problémái közül a túlzott bevitelre!**

- *kalória*
- *zsír*
- *állati fehérje*
- *szénhidrát (finomított)*
- *só*
- *környezeti mérgek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

10.\*

5 pont

**Soroljon fel a Meir Schneider-módszer gyakorlatai közül ötöt!**

- *látásjavító gyakorlatok*
- *vizualizációs és imaginációs gyakorlatok*
- *szokatlan mozdulatsorok végrehajtása*
- *egyensúlygyakorlatok*
- *koordinációs gyakorlatok*
- *természeti elemek energiájával való töltkezés*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

11.\*

3 pont

**Nevezzen meg az apiterápiás termékek közül hármat!**

- *méz*
- *virágpor*
- *propolisz*
- *méhméreg*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

12.\*

5 pont

**Ismertesse az antioxidáns anyagokat az alábbi szempontok szerint!**

Fogalma:

*A szabad gyökök megsemmisítésére, lekötésére alkalmas anyagok.*

Antioxidánsok szintjét növeli: Írjon hármat!

- *szelén bevitel*
- *cink bevitel*
- *A-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *E-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*
- *C-vitamin tartalmú táplálékok, élelmek fogyasztása*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

13.\*

3 pont

**Soroljon fel a fototerápia alkalmazásának lehetséges mellékhatásai közül hármat!**

- *felhólyagzás*
- *fájdalom*
- *bőrkárosodás*
- *szemkárosodás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

14.

3 pont

**Határozza meg (számokban kifejezve) a homeopátiában használatos D, C, LM hígítás nagyságrendjét!**D = ...*10*...C = ...*100*...LM = ...*50.000*...

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

15.\*

5 pont

**Nevezzen meg ötöt a biológiai fogászatban használt reflexterápia alkalmazási területei közül!**

- *fájdalomcsillapítás (fogfájás)*
- *fogínygyulladás*
- *fogínyvérzés*
- *hányingercsökkentés*
- *mandulagyulladás*
- *orrmelléküreg-gyulladás*
- *szorongásoldás*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

16.

3 pont

**Sorolja fel az Alkalmazott Kineziológia szerint a test összetevőit!**

- *strukturális terület*
- *kémiai terület*
- *érzelmi terület*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

17.\*

4 pont

**Ismertesse a neuráalterápia célját!**

*Részben a vegetatív idegrendszer szegmentális elrendezéséből adódó szabályzó, másrészt az alaprendszer (extracelluláris mátrix) áthangolásából vagy a kínai meridiánrendszerben létrehozott energetikai változásokból adódó áthangoló, góccokat kikapcsoló, gyógyító hatás.*

18.\*

2 pont

**Írjon le két tényezőt, amely részt vesz az ízületi normomobilitás meghatározásában!**

- *életkor*
- *nem*
- *testalkat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

19.\*

5 pont

**Nevezzen meg a magnetoterápia alkalmazásának indikációi közül ötöt!**

- *csonttritkulás*
- *bénulás*
- *görcsös izomtevékenység*
- *sclerosis multiplex*
- *Parkinson-kór*
- *idegyulladás*
- *bőrgyógyászati fekély*
- *ízületi fájdalom*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

20.\*

3 pont 

Soroljon fel a természetgyógyászatban használt pszichológiai jellegű tesztek közül hármat!

- *pozitív gondolkodás teszt*
- *a stressz hatásait mérő tesztek*
- *a pszichológiai immunrendszert mérő tesztek*
- *életminőség-kérdőívek*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

21.

2 pont 

Egészítse ki az alábbi mondatot!

A fülkagylón a mikrozonákkal átfedésben ...*mikroakupunktúrás*... pontrendszer is megtalálható, ez adja a ...*fülakupunktúrás kezelések*... alapját.

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

22.

5 pont 

Írja le a kínai orvoslás szerint hiányjellegget mutató testrészek ismérveit!

- *a terület hűvös*
- *a bőr, izom, kötőszövet tónusa petyhüdt, erőtlen*
- *mozgásra általában javul az állapota*
- *erős nyomást is kibír*
- *nyomásra az ún. „jó fájdalom” érzet keletkezik*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

23.\*

3 pont 

Nevezzen meg három tényezőt, amely befolyásolja a Voll-féle elektroakupunktúrás vizsgálat eredményét!

- *a mérőelektroda bőrre gyakorolt nyomásának ereje*
- *a bőr nedvessége*
- *az akupunktúrás pont pontos lokalizálása*
- *a felmérést végző tapasztalata*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

24.

3 pont 

Írja le a személyre szabott kezelés hátrányait!

- *nagyobb a szubjektív érzékelés tévedés lehetősége*
- *a kezelés módjáról való döntés lassúbb lehet és inkább folyamat jellegű*
- *erősen személyfüggő*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)



25.

5 pont 

**Csoportosítsa a felsorolt módszereket a prevenció szintjeinek megfelelően!  
Írja a sorszámokat a megfelelő helyre!**

1. szénhidrátfogyasztás csökkentése
2. glaukómaszűrés
3. funduskamerás szűrés
4. szemspecifikus kombinációjú vitamin szedése
5. a maradék látás megőrzése - komplementer látásfejlesztés

Primer prevenció: ...1., 4....

Szekunder prevenció: ...2., 3....

Tercier prevenció: ...5....

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható! Egyéb megoldások esetén pontszám nem adható!)

26.\*

5 pont 

**Soroljon fel a prosztatamegnagyobbodás kezelésére szolgáló növényi anyagok közül ötöt!**

- *szójakivonatok*
- *gránátalma-kivonatok*
- *csalángyökér-kivonatok*
- *héj nélküli tökmagkivonat*
- *fűrészpálma-kivonatok*
- *pygeum africanum kivonat*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)

27.\*

4 pont 

**Nevezzen meg négy komplementer kezelési lehetőséget, amely szívelégtelenség esetén alkalmazható!**

- *légzésterápia*
- *fitoterápia*
- *fizikális gyógymódok*
- *életmódváltás*
- *antropozófus orvoslás*
- *hagyományos kínai orvoslás*
- *homeopátia*

(Helyes válaszonként 1-1 pont adható!)